Advertising

The majority of the food advertised on TV is unhealthy. Children who watch more TV eat more calories and ask parents more often for fast food.

The average child sees 10,000 food commercials per year. Advertisers know that habits started young are more difficult to stop. Fast food companies often include movie character toys with meals to make children want fast food even more. Getting children in the habit of eating fast food means long-term profits for the food industry.

Parents can fight back against advertising by

- Limiting TV time.
- Providing healthy food choices and homemade meals most of the time.

Copyright © 2018 University of Arkansas for Medical Sciences

Publicidad

La mayoría de la comida anunciada en la televisión no es saludable. Los niños que ven más televisión consumen más calorías y les piden a los padres comidas rápidas más a menudo.

El niño promedio ve 10,000 anuncios de comida por año. Los anunciantes saben que los hábitos que se comienzan jóvenes son más difíciles de detener. Las compañías de comidas rápidas a menudo incluyen juguetes de personajes de películas con comidas para que los niños quieran aún más la comida rápida. Hacer que los niños tengan el hábito de comer comidas rápidas significan beneficios financieros a largo plazo para la industria alimentaria.

Los padres pueden luchar contra la publicidad al

- limitar el tiempo de televisión.
- proporcionar opciones de alimentos saludables y comidas caseras la mayor parte del tiempo.

Copyright © 2018 University of Arkansas for Medical Sciences